

# **PENGARUH OLAHRAGA PERMAINAN REKREATIF DALAM MENINGKATKAN GERAK DASAR MANIPULATIF (MENENDANG) SISWA TUNAGRAHITA RINGAN** (Studi pada Siswa Kelas 5 dan 6 Sekolah Dasar Alpa Kumara Wardana II Surabaya)

**Rachmi Prawati**

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya, amy.prawati@gmail.com

**Abdul Rachman Syam T**

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya

## **Abstrak**

Pendidikan Jasmani adaptif adalah sebuah program yang bersifat individual yang meliputi fisik atau jasmani, kebugaran, pola gerak dan keterampilan gerak dasar, keterampilan dalam aktivitas air, menari, permainan olahraga baik individu maupun beregu yang didesain bagi anak berkebutuhan khusus. Dalam pendidikan jasmani adaptif salah satu aktifitas yang cocok dengan jenis kecacatan tunagrahita adalah melalui permainan olahraga. Permainan merupakan aktivitas sosial utama pada anak-anak. Dalam hal ini adalah permainan rekreasi yang diharapkan mampu meningkatkan gerak dasar manipulatif siswa tunagrahita ringan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh permainan rekreasi dalam meningkatkan gerak dasar manipulatif khususnya menendang bagi siswa tunagrahita ringan di Sekolah Dasar Luar Biasa Alpa Kumara Wardana II Surabaya. Penelitian ini bersifat eksperimen semu dengan desain penelitian *one group pretest – posttest design*. Populasi dan sampel dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 5 dan 6 Sekolah Dasar Luar Biasa Alpa Kumara Wardana II Surabaya yang sebanyak 12 siswa. 3 siswa kelas 5 dan 9 siswa kelas 6. Untuk mendapatkan hasil aktifitas gerak dasar manipulatif digunakan bentuk *performance test* yaitu tes menendang bola kearah gawang. Berdasarkan perhitungan data diperoleh hasil sebagai berikut, perbedaan hasil pretest dan posttest menendang bola ke arah gawang adalah sebesar 1,510. Karena  $X^2$  hitung lebih kecil dari  $X^2$  tabel ( $1,510 < 3,841$ ) dengan taraf signifikansi 5% pada df 1, maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara pembelajaran menggunakan permainan rekreasi dalam meningkatkan gerak dasar manipulatif siswa tunagrahita ringan di Sekolah Dasar Alpa Kumara Wardana II Surabaya setelah diberikan permainan menjatuhkan botol dengan menendang bola.

**Kata Kunci** : Olahraga Permainan Rekreatif, Gerak Dasar Manipulatif, Tunagrahita ringan

## **Abstract**

Adaptive Physical Education is an individual program that includes physical or physical fitness, movement patterns, and basic movement skills, skills in water activities, dancing, games both individual and team sport designed for children with special needs. In the adaptive physical education one activity that matches the type of mental retardation disability is a sport game. The game is a major social activity in children. In this case is a recreational game that is expected to increase students' basic motion manipulative mild mental retardation disability. The purpose of this study was to determine how much influence the recreational game in improving basic manipulative especially kicking motion for mild mental retardation disability students in Extraordinary Alpa Kumara Wardana elementary schools II Surabaya. This study is a quasi-experimental research design with one group pretest-posttest design. Population and sample of this research are really the 5th and the 6th graders Extraordinary Alpa Kumara Wardana Elementary School II Surabaya that as many as 12 students. 3 students in the 5th grade and 9 students in the 6th grade. To get the basic motion activities manipulative used form of performance test is a test to kick the ball towards the goal.

Based on the calculation of the data obtained the following results, differences in pretest and posttest results of kicking the ball into the net amounted to 1,510. Because  $X^2$  count is smaller than  $X^2$  table ( $1,510 < 3,841$ ) with a significance level of 5% and df 1, then  $H_0$  is accepted and  $H_a$  is rejected.

So it can be concluded that there is no significant influence of learning using recreational game in improving students' basic motion manipulative of mild mental retardation disability students in Alpa Kumara Wardana Elementary School II Surabaya after giving a game by kicking the ball dropping bottles.

**Keywords**: recreational games, the basic motion manipulative, mild mental retardation disability.

## PENDAHULUAN

Upaya pengembangan pendidikan dalam gerak pembangunan nasional merupakan suatu yang harus tetap dilakukan. Hal ini dilandasi pemikiran, bahwa pendidikan merupakan faktor strategis dalam menunjang keberhasilan pembangunan nasional. Selain itu pendidikan lahir berdasarkan produk budaya bangsa, selaras dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang selalu berkembang.

Pendidikan Luar Biasa (PLB), sebagai salah satu bentuk pendidikan khusus yang menangani Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) sebagai obyek formal dan ditujukan kepada semua jenjang ABK termasuk di dalamnya anak-anak tunagrahita, secara sadar terus-menerus berupaya untuk meningkatkan pelayanan dengan sebaik-baiknya. Sebagai warga negara Indonesia, semua anak memiliki hak yang sama untuk mendapatkan pendidikan, termasuk ABK (tunagrahita). Seperti yang tertuang dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003, bab IV, pasal 5 ayat 2 tentang sistem pendidikan nasional yang menyatakan bahwa setiap warga negara mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang bermutu. Termasuk juga untuk warga negara yang berkebutuhan khusus, dengan segala keterbatasan yang dimiliki mereka mempunyai hak dan kesempatan yang sama untuk memperoleh layanan pendidikan.

Menurut Tarigan (2000:40-41), “program pendidikan jasmani untuk anak berkebutuhan khusus, dibagi menjadi tiga kategori yaitu (1) pengembangan gerak dasar (2) olahraga dan permainan dan (3) kebugaran dan kemampuan gerak. Olahraga dan permainan termasuk didalamnya olahraga permainan rekreatif diharapkan mampu meningkatkan kualitas fisik maupun emosional anak berkebutuhan khusus.”

Anak tunagrahita sendiri merupakan salah satu ABK yang memiliki IQ di bawah 70 disamping itu ada dari mereka yang mengalami permasalahan motorik, kognitif, sensori, emosi maupun sosial. Seperti yang peneliti amati dalam proses pembelajaran penjas di Sekolah Dasar Luar Biasa (SDLB) Alpa Kumara Wardana II Surabaya yang mayoritas siswanya mengalami permasalahan dalam hal perkembangan motorik. Perkembangan motorik merupakan salah satu perkembangan yang penting yang akan dilewati oleh setiap anak termasuk anak tunagrahita.

Menurut Delphie (2007:66) “secara keseluruhan ABK (tunagrahita) mempunyai kelemahan dalam segi (1) keterampilan gerak (2) fisik yang kurang sehat (3) koordinasi gerak (4) kurangnya perasaan dirinya terhadap situasi dan keadaan sekelilingnya (5) keterampilan *gross* dan *fine motor* yang kurang.”

Dari permasalahan-permasalahan tersebut dapat disimpulkan betapa pentingnya kemampuan gerak untuk setiap individu.

Menurut Astaty (1995:1), “gerak dilakukan dengan tujuan: (1) untuk kelangsungan hidup, perubahan posisi tubuh kita dalam ruang dan waktu, (2) untuk pertumbuhan dan perkembangan organ /alat tubuh, alat komunikasi, ekspresi perasaan dan pikiran, penampilan kehidupan sehari-hari dan sebagainya, (3) untuk meningkatkan keterampilan dalam bergerak dan memenuhi kebutuhan hidupnya.”

Untuk mengatasi permasalahan-permasalahan tersebut ada beberapa usaha yang dapat dilakukan seperti meningkatkan layanan pendidikan bagi anak tunagrahita baik dari segi fasilitas maupun dari segi program, penggunaan strategi belajar mengajar yang bervariasi, serta penggunaan berbagai jenis terapi seperti terapi okupasi, bermain, dan musik (Astaty, 1995)

Anak tunagrahita memiliki permasalahan dalam belajar yang disebabkan adanya hambatan perkembangan intelegensi. Dengan adanya permasalahan tersebut dibutuhkan suatu metode mengajar yang dapat dengan mudah diterima oleh siswa anak tunagrahita. Bermain dengan memanfaatkan permainan-permainan yang bersifat menghibur dengan peraturan-peraturan yang mudah dipahami (permainan rekreatif) diharapkan mampu meningkatkan hasil belajar anak tunagrahita. Demikian pula dalam belajar gerak mereka.

## METODE

Jenis penelitian yang dilakukan yaitu penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *eksperiment*. Dan dalam penelitian ini menggunakan *eksperiment* semua dikarenakan peneliti tidak bisa mengontrol setiap kegiatan siswa setelah mereka pulang sekolah.

Desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*

Pada penelitian yang ini yang dijadikan populasi dan sampelnya adalah siswa kelas 5 dan 6 di Sekolah Dasar Luar Biasa Alpa Kumara Wardana II Surabaya.

Pada penelitian kali ini *instrument* penelitian yang digunakan yaitu *performance test*. Tes yang akan digunakan bertujuan untuk mengetahui hasil aktifitas gerak menendang bola siswa tunagrahita ringan. Yaitu dengan cara menendang kearah sasaran (gawang). (Astaty, 1995:133)

Untuk mengumpulkan data peneliti menggunakan Daftar cek (*Check-list*), dengan daftar cek siswa memperoleh skor jika kriteria penguasaan kompetensi tertentu dapat diamati oleh peneliti. Adapun aspek yang akan dinilai yaitu hasil tendangan siswa.

Penelitian ini dilakukan pada waktu kegiatan belajar mengajar yang berlangsung 4 kali pertemuan, adapun kegiatannya adalah sebagai berikut :

#### 1. Persiapan Penelitian

Pada tahap persiapan ini, langkah-langkah yang dilakukan sebagai berikut:

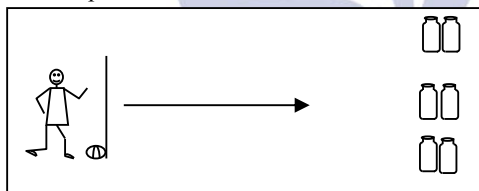
- Mengajukan proposal yang telah disahkan oleh dosen pembimbing, komisi dan Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga
- Meminta surat izin penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan untuk melaksanakan penelitian di luar kampus yaitu di Sekolah Dasar Luar Biasa Alpa Kumara Wardana II Surabaya.

#### 2. Pelaksanaan Penelitian

Setelah tahap persiapan dan kelengkapan untuk penelitian terpenuhi, maka dilakukan penelitian dengan memberikan perlakuan.

Adapun tahap dalam pelaksanaan penelitian dan pemberian perlakuan adalah sebagai berikut:

- Memberikan pengarahan dan penjelasan kepada kelas yang akan dijadikan subyek penelitian.
- Melakukan *pretest* pada siswa yang dijadikan subyek penelitian.
- Memberikan perlakuan olahraga permainan rekreatif pada siswa yang dijadikan subyek penelitian.



#### 3. Pelaksanaan Perlakuan

Adapun tahapan dalam pemberian perlakuan olahraga permainan rekreatif adalah sebagai berikut:

- Pertemuan pertama (*pretest*)
- Pertemuan Kedua (*Treatment 1* dengan jarak menendang 1 meter)
- Pertemuan Ketiga (*Treatment 2* dengan jarak menendang 2 meter)
- Pertemuan Keempat (*Posttest*)

Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah:

##### 1. Presentase

$$\text{Presentase} = \frac{n}{N} \times 100\%$$

(Maksum,2007:8)

##### 2. Chi-Square

$$X^2 = \sum \left[ \frac{(fo-fe)^2}{fe} \right]$$

fe

(Maksum,2007:43)

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada *pretest* dan *posttest* mendapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Variabel	Jumlah Siswa	Bola Tidak Masuk / Mengenai Gawang	Presentase	Bola Masuk	Presentase
<i>Pre-test</i>	12	7	58,33%	5	41,66%
<i>Post-test</i>	12	4	33,33%	8	66,66%

Tabel 2. Presentase *Pretest* dan *Posttest*

Variabel	Jumlah Siswa	Jumlah Keseluruhan Nilai	Nilai Maksimal	Presentase
<i>Pre-test</i>	12	17	24	70,83%
<i>Post-test</i>	12	20	24	83,33%

Dari tabel diatas diketahui besarnya peningkatan sebesar 12,5%

Tabel 3. Hasil Uji *Chi-Square* Skor Menendang Bola

	Nilai Chi-Square (X <sup>2</sup> )	df	Sig. (2 tailed)
<i>Posttest-Pretest</i>	1,510	1	0,219

Hasil dari perhitungan aplikasi komputer *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) *Version 21.0* (tabel 4.3) didapat hasil *Chi-Square* (X<sup>2</sup>) sebesar 1,510. Selanjutnya hasil perhitungan tersebut dikonsultasikan dengan *Chi-Square* tabel. Dengan hasil df=1, maka dalam tabel pada taraf signifikansi 5% diperoleh angka 3,841. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa *Chi-Square* hitung lebih kecil dari *Chi-Square* tabel (1,510 < 3,841), dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara pembelajaran menggunakan permainan rekreatif dalam meningkatkan gerak dasar manipulatif siswa tunagrahita ringan.

### PENUTUP

#### Simpulan

Berdasarkan data yang telah terkumpul, diolah dan dianalisis sebagaimana telah dijelaskan pada bab IV,

secara umum penelitian ini menjawab permasalahan yang diajukan. Demikian pula pada rumusan masalah yang merupakan arah kegiatan penelitian ini diuji, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak terdapat peningkatan yang signifikan dalam aktifitas gerak dasar manipulatif siswa tunagrahita ringan setelah dilakukan perlakuan menggunakan permainan rekreatif di Sekolah Dasar Luar Biasa Alpa Kumara Wardana II Surabaya.

#### **Saran**

Berasarkan simpulan yang ada penulis dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Diharapkan guru pendidikan jasmani lebih banyak memberikan permainan-permainan yang mampu meningkatkan gerak dasar manipulatif siswa tunagrahita ringan.
2. Seorang guru pendidikan jasmani harus kreatif dan inovatif dalam memberikan materi-materi ajar bagi siswa tunagrahita ringan agar siswa lebih mudah memahami.
3. Penelitian ini masih perlu dikembangkan sehingga perlu adanya penelitian serupa yang berhubungan dengan gerak dasar manipulatif siswa tunagrahita ringan, sehingga bisa memberikan perkemangan ilmu pengetahuan khususnya pada siswa tunagrahita.
4. Dalam melaksanakan pembelajaran di lapangan sangat sulit mengatur kelas sesuai dengan yang telah direncanakan, oleh sebab itu diperlukan adanya pemahaman serta kesabaran dalam proses pembelajaran.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Astati. 1995. *Terapi Okupasi, Bermain dan Musik untuk Anak Tunagrahita*. Bandung : Departement Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.
- Delphie, B. 2007. *Pembelajaran Anak Tunagrahita*. Bandung : PT Refika Aditama.
- Maksum, A. 2007. *Statistik Dalam Olahraga*. Surabaya : Unesa University Press.
- Tarigan, Beltasar. 2000. *Penjas Adaptif*. Jakarta. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.